

### 献立予定表(11月度)

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日
朝食	チョコフレーク	鶏雑炊	ごはん	きな粉トースト	ごはん	チョココロネ	ごはん
	ごはん	チーズインハンバーグ	バターロール	ごはん	あんぱん	ごはん	食パン
	スコッチャッピング	漬物	納豆	ジャーマンポテト	温泉卵	クリームシチュー	鶏肉の照り焼き
	ヨーグルト	牛乳	チキンナゲット	コソメースープ	コロッケ	ヨーグルト	キムチスープ
	わかめスープ		味噌汁	牛乳	味噌汁	牛乳	フルーツ
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳
昼食	578	756	633	561	662	627	763
	豚丼	オムライス	タコめし	チーズカレー	ごはん	ごはん	ごはん
	漬物	チキンのオープン焼き	魚の照り焼き	サラダバイキング	豚肉の生姜焼き	包み焼きハンバーグ	味噌ラーメン
	味噌汁	付け野菜	肉じゃが	デザート	さつま揚げの煮物	チキンナゲット	小龍包
		中華スープ	白菜とカニカマの和え物	牛乳	フルーツ	カルボナーラサラダバイキング	ふりかけ
			味噌汁			ジュース	
夕食	1236	829	1136	1249	1100	1005	1290
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ひつまぶし	ごはん	ごはん
	鶏肉の味噌焼き	おでん	とんかつ	鶏塩鍋	和風唐揚げ	豚ヒレカツ	魚の野菜あんかけ
	五目煮	かぼちゃコロッケ	切干大根の煮物	つくねチーズ	湯豆腐	付け野菜	豚肉の時雨煮
	枝豆	付け野菜	フルーツ	かぼちゃプリン			わらび餅
総合メニュー	1300	1202	1538	1283	1133	804	990
	3114	2787	3307	3093	2895	2436	3043
	夜食	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	豚肉の焼肉丼
							11月10日
朝食	ホットケーキ	ごはん	ごはん	シュガートースト	ごはん	コッペパン(ジャム&マーガリン)	ごはん
	ごはん	納豆	バターロール	穀物ロール	ごはん	バターロール	
	フランクフルト	温泉卵	ツナマヨ	ウインナー	豚肉と野菜のスープ	豚肉の角煮	
	ボーラージュ	豚汁	八幡巻き	コソメースープ	ミニハンバーグ	ヨーグルト	けんちん汁
	牛乳		味噌汁	牛乳	味噌汁	牛乳	フルーツ
			牛乳		牛乳		牛乳
昼食	335	784	853	407	694	821	608
	そぼろ丼	ごはん	ごはん	ミニオムカレー	ごはん	ごはん	ごはん
	漬物	ホイコーロー	チキンカツ	サラダバイキング	豚肉のネギ塩焼き	サバの塩焼き	のっべうどん
	味噌汁	竹輪と玉ねぎの和え物	ナポリタン	白玉フルーツポンチ	高野豆腐の卵とじ	揚げ出し豆腐	磯辺揚げ
	桃まん	ナムル	牛乳	フルーツ	ササミと胡瓜の和え物	付け野菜	すまし汁
		卵スープ					ふりかけ
夕食	1372	1379	1703	1282	1263	908	1124
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	特食※別紙※	ごはん
	鶏肉のコチュジャン焼き	すき焼き風	魚のかば焼き風	ちゃんこ鍋	唐揚げ		ハンバーグ
	ボコテの醤油炒め	温泉卵	豆腐のそぼろ餡かけ	肉じゃがコロッケ	白菜とベーコンのコンソメ煮		野菜のグラッセ
	胡瓜の酢物	うどん	小松菜のお浸し	付け野菜	フルーツ		春雨の和え物
		サラダバイキング	味噌汁				
総合メニュー	1196	1438	883	1197	1097	1097	1097
	2903	3601	3439	2886	3054	1729	2829
	夜食	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	豚肉の焼肉丼
							11月17日
朝食	チョコチップメロンパン	鮭茶漬け	ごはん	ハムマヨトースト	ごはん	ウインナーパン	ごはん
	ごはん	漬物	バターロール	クリームパン	ごはん	食パン	
	ボトトカッピングラタン	ミートボール	納豆	フルーチェ	温泉卵	具だくさんコーンスープ	目玉焼き
	わかめスープ	牛乳	だし巻き卵	中華スープ	チーズづくね	ヨーグルト	フルーツ
			味噌汁	牛乳	味噌汁	牛乳	味噌汁
			牛乳		牛乳		牛乳
昼食	506	849	538	410	748	705	654
	親子あんかけ丼	ごはん	ごはん	ポークカレー	ごはん	ごはん	ごはん
	遺物	和風パスタ	白身魚の焼肉ソース	サラダバイキング	豚肉のオイスターソース炒め	鶏肉のホイル焼き	醤油ラーメン
	味噌汁	チキンのパン粉焼き	ビーフソテー	デザート	厚揚げの煮物	豚肉のニラ炒め	揚げ餃子
	付け野菜	ハムと胡瓜の和え物	牛乳	牛乳	フレーツ	海藻サラダバイキング	ふりかけ
		ジュース					
夕食	949	1282	911	1161	1299	1230	1163
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ハヤシライス
	ポトフ	唐揚げの野菜あんかけ	クリームシチュー	麻婆豆腐	サバの竜田揚げ	豚ロースの照り焼き	漬物
	牛肉コロッケ	もやし炒め	ミニピザ	春巻き	筑前煮	大根の煮物	デザート
	付け野菜	フルーツ	付け野菜	付け野菜	ほうれん草の胡麻和え	辛し和え	サラダバイキング
					味噌汁		
総合メニュー	1137	1165	1240	1195	1159	1031	1088
	2592	3296	2689	2766	3206	2966	2905
	夜食	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	豚肉の焼肉丼
							11月24日
朝食	ホワイトデニッシュショコラ	ごはん	ごはん	フレンチトースト	ごはん	揚げパン	ごはん
	ごはん	納豆	バターロール	ごはん	穀物ロール	ごはん	バターロール
	スコッチャッピング	温泉卵	ウインナー	チキンナゲット	納豆	ミネストローネ	肉豆腐
	コンソメスープ	けんちん汁	チーズインハンバーグ	中華スープ	焼きつくね	ヨーグルト	フルーツ
	牛乳		味噌汁	牛乳	味噌汁	牛乳	味噌汁
			牛乳		牛乳		牛乳
昼食	426	716	678	448	776	598	755
	豚キムチ丼	食育	ごはん	キーマカレー	ごはん	炊き込みご飯	ごはん
	ごはん	ごはん	豚肉と卵の炒め物	サラダバイキング	チンジャオロース	魚の照り焼き	担々麺
	中華スープ	レンコンバーグ	餅巾着	デザート	中華和え	豚バラ大根	焼壳
	さつま芋と林檎の甘煮	さつま芋と林檎の甘煮	ワンタンスープ	牛乳	ごま団子	味噌汁	ふりかけ
	ゆずと大根の和え物	ゆずと大根の和え物	フルーツ			みかん	
夕食	1051	939	1367	1059	1015	1231	1431
	ごはん	ごはん	牛めし	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	タンドリーチキン	ヒレカツ	さわらの西京焼き	チゲ鍋	チキン南蛮	おでん	鶏肉のにんにくバター醤油焼き
	きのこスパゲッティ	野菜炒め	里芋のそぼろ煮	メンチカツ	切り干し大根の煮物	カレーコロッケ	金平ごぼう
	ツナゴマサラダ	フルーツ	白菜のポン酢和え	付け野菜	ゆかり和え	付け野菜	枝豆
総合メニュー	1298	1259	1008	1360	1221	1022	1208
	2775	2914	3053	2867	3012	2851	3394
	夜食	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	豚肉の焼肉丼
							11月31日
朝食	バイキング	おにぎり	ごはん	ピザトースト	ごはん	2色パン	
	ごはん	豚汁	バターロール	ごはん	レーズンパン	ごはん	
	ミニアメリカンドッグ・ウインナー	ゼリー	納豆	フルーツポンチ	温泉卵	ビーフシチュー	
	だし巻き卵・フライドポテト	牛乳	肉まん	コンソメスープ	さつま揚げ	ヨーグルト	
	味噌汁		味噌汁	牛乳	韓国風スープ	牛乳	
	フルーツ・牛乳		牛乳		牛乳		
昼食	721	550	694	495	643	811	
	ビビンバ丼	ごはん	ごはん	カツカレー	ごはん	ごはん	
	温泉卵	ミートスパゲッティ	グラタン	サラダバイキング	豚ロースの味噌焼き	魚の天ぷら	
	中華スープ	照り焼きチキン	フライドチキン	デザート	ひじき煮	肉じゃが	
	付け野菜	わかめスープ	牛乳	牛乳	フルーツ	白菜のおかか和え	
	ジュース					味噌汁	
夕食	981	1683	1030	1239	1033	1011	
	ごはん	わかめごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
	水餃子	鮭のフライ(タルタルソース)	チーズハンバーグ	鶏塩鍋	焼きそば	鶏足	
	チーズつくね	レンコンの炒め物	ジャーマンポテト	かぼちゃコロッケ	軟骨の唐揚げ	フライドポテト	
	付け野菜	三色和え	コーンスープ	付け野菜	サラダバイキング	ミモザサラダ	
			フルーツ		デザート	白菜スープ	
総合メニュー	1140	1601	1049	1062	1006	1079	
	2842	3834	2773	2796	2682	2901	
	夜食	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	豚肉の焼肉丼
							11月31日

## ☆献立について☆

◆朝食

・毎週月曜日・火曜日・木曜日・土曜日はご飯の日！！  
ご飯食に合わせたおかずとなっております。

・毎週日曜日・水曜日・金曜日はパンの日！！  
パン食に合わせたおかずとなっております。